



# 12月予定献立表



R2.11.30 新中央保育園

日	曜	午前おやつ		昼食		3時おやつ		備考
		3歳未満児		全園児		3歳未満児追加分 全園児		
1	15	火	牛乳 みかん	さばの塩焼き 4色きんぴら キウイフルーツ みそ汁(油揚げ・わかめ)	ごはん	麦茶 レバー入り お好み焼き		
2	16	水	牛乳 キウイ フルーツ	チキン南蛮 干切りキャベツ スライスきゅうり ミニトマト みそ汁(えのき・じゃがいも・人参)	ごはん	牛乳 バナナ マンナビスケット ☆小魚		
3	17	木	みかん ヨーグルト	しょうゆラーメン キャベツと焼豚の和え物 パイン		牛乳 フレンチドック		
4	18	金	牛乳 りんご	ポークカレー ポパイサラダ 白菜とえのきのスープ	ごはん	ココア(乳児:牛乳) シフォンケーキ ジョア(ブルーベリー) ぼたぼた焼き チーズ		
5	19	土	牛乳 みかん	チキンスパゲッティ さつまいもサラダ スープ(わかめ・ねぎ)	バナナ	りんごゼリー お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
7	21 冬至	月	牛乳 キウイ フルーツ	肉団子と白菜の煮込み りんご みそ汁(豆腐・なめこ・わかめ)	おにぎり	牛乳 フライド長芋 牛乳 パンブキンパイ	3歳以上児 おにぎりの日	
8	22	火	牛乳 バナナ	チキンクリームシチュー チャイニーズサラダ キウイフルーツ	ロールパン	麦茶 塩昆布おにぎり かりこりきゅうり	3歳以上児 主食がパンで も もよい日です	
9	23	水	牛乳 りんご	和風ハンバーグ キャベツのごまあえ みそ汁(えのき・さつま芋) ミニトマト	ごはん	元気ヨーグルト みかん ☆するめ アスパラガ スクット		
10	24	木	牛乳 キウイ フルーツ	とん汁うどん ほうれん草の信田和え パイン		牛乳 パンブキン ホットケーキ		
11	25	金	バナナ ヨーグルト	たらのごまみそ焼き みかん ごぼうとひじきの甘辛煮 すまし汁(かまぼこ・小松菜・しめじ)	ごはん	牛乳 ストーンクッキー		
	25	金	バナナ ヨーグルト	☆☆☆クリスマススペシャルランチ☆☆☆ ピラフ トナカイハンバーグ ツリーサラダ 果物(オレンジ・キウイフルーツ) ジュース		牛乳 ツリーケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
12		土	🎵🎵🎵🎵 はっぴょうかい 🎵🎵🎵🎵				給食は ありません	
	26	土	牛乳 りんご	コーンラーメン かぼちゃのそぼろ煮 バナナ		牛乳 プチマドレーヌ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
14	28	月	牛乳 バナナ	カレー肉じゃが 中華きゅうり みそ汁(大根・ふのり) りんご	おにぎり	牛乳 みたらし団子	3歳以上児 おにぎりの日	

\* 12月分の3歳未満児の栄養量は  
エネルギー 484kcal、たんぱく質 17.0g、脂肪 15.9g が平均給与量です。

\* 12月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は  
エネルギー 414kcal、たんぱく質 16.2g、脂肪 16.2g が平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの際に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。

